

カトリック鹿児島司教区

聖年のしおり



2024年12月24日 → 2026年1月6日

教区レベル：2024年12月29日 → 2025年12月28日

2025 年通常聖年について

○ 聖年とは？—— 『新カトリック大辞典』「聖年」を参照

バビロニア捕囚以前のユダヤで 50 年ごとに守られていた、負債の免除や奴隷の解放を含む「ヨベルの年」（レビ 25・25－54）が起源。

1300 年、教皇ボニファティウス 8 世は、すべての罪のゆるしがもたらされる霊的な年として、100 年ごとに祝われる聖年を制定した。現在では通常 25 年ごとに祝われる。信者の回心と罪のゆるしによる霊的刷新を目的とする聖年には、特にローマや聖地への巡礼に特別な免償の特典が与えられる。

○ 教皇様の言葉 —— 大勅書『希望は欺かない』（n. 6）より

2025 年の聖年は、これまでの恵みの行事の連なりの中にあります。前回の通常聖年には、イエス・キリストの生誕 2000 年の節目を越えました。それに続いて、2015 年 3 月 15 日にわたしは、すべての時代のすべての人にとって福音の中心的メッセージである、神の「いつくしみのみ顔」を明示し、すべての人がそのみ顔と出会うことができるよう特別聖年を宣言しました。そして今、新たな聖年の時が来ました。この聖年の間に聖なる扉が再び大きく開かれ、キリストにおける救いという確かな希望を心に呼び起こす、神の愛の生きた体験がもたらされます。さらにこの聖年は、すべてのキリスト者にとって根本的な、もう一つの記念に向けた歩みになります。まさしく 2033 年には、主イエスの受難と死と復活によってなし遂げられた、あがないの 2000 周年が祝われます。このようにわたしたちの目前には、いくつものすばらしい過程を伴う道が広がっています。どの過程にあっても、熱い信仰をもって歩み、愛のわざに励み、辛抱強く希望し続ける（一テサロニケ 1・3 参照）民に対して、神の恵みは先行し、かつ伴っているのです。



聖年の祈り

天の父よ、

あなたは、わたしたちの兄弟、御子イエスにおいて信仰を与え、

聖霊によってわたしたちの心に愛の炎を

燃え上がらせてくださいました。

この信仰と愛によって、

神の国の訪れを待ち望む、祝福に満ちた希望が、

わたしたちのうちに呼び覚まされますように。

あなたの恵みによって、わたしたちが、

福音の種をたゆまず育てる者へと変えられますように。

この種によって、新しい天と新しい地への確かな期待をもって、

人類とすべてのものが豊かに成長していきますように。

そのとき、悪の力は打ち払われ、

あなたの栄光が永遠に光り輝きます。

聖年の恵みによって、

希望の巡礼者であるわたしたちのうちに、

天の宝へのあこがれが呼び覚まされ、

あがない主の喜びと平和が全世界に行き渡りますように。

永遠にほめたたえられる神であるあなたに、

栄光と賛美が世々としえにありますように。

アーメン。

聖年の免償

- 詳しくは教皇庁内赦院『教皇フランシスコにより発表された 2025 年の通常聖年の間に与えられる免償に関する教令』(2024 年 5 月 13 日)を参照。
- 略号：『要約』=『カトリック教会のカテキズム要約』

1. 聖なる巡礼

- **場所** ローマの 4 つの教皇バシリカ、聖地の 3 つのバシリカ、地区裁治権者の指定した司教座聖堂、他の聖堂、または巡礼所（長崎の大浦天主堂、西坂巡礼所）。
- **巡礼の仕方** ミサ（「聖年のためのミサ」、キリスト教入信の秘跡や塗油を授けるための儀式ミサなど）、神のことばの祭儀、教会の祈り、十字架の道行、ロザリオの祈りに参加するなど。

2. 巡礼所への聖なる訪問

- **場所** ローマや世界各地の著名な巡礼地に加えて、あらゆる小バシリカ（長崎の大浦天主堂）、司教座聖堂、共同司教座聖堂、聖母巡礼所、教区司教が指定したあらゆる著名な参事会聖堂または巡礼所、各国巡礼所（長崎の西坂巡礼所）、国際巡礼所。
- **訪問の仕方** 個人またはグループで、聖年の巡礼地を敬虔に訪れ、そこで適切な時間、聖体礼拝と黙想を行い、終わりに主の祈り、信仰宣言、神の母マリアへの祈願を唱える。

さまざまな理由で巡礼や聖なる訪問に参加できなくても、現地で参加している信者と心を一つにして、自分のいる場所で主の祈り、信仰宣言、他の祈りを唱え、自分たちの苦しみと生活の困難をささげるなら、同様に聖年の免償を受けることができる。

3. その他の免償

- 敬虔な心で宣教活動、霊操、教皇の精神に従って教会や他の適切な場所で行われる『第二バチカン公会議公文書』や『カトリック教会

のカテキズム』の勉強会に参加する。

- 煉獄の靈魂のために愛のわざを行う。(普通、全免償は一日に1回しか受けられないが、この場合、同日にミサの中で2回目の聖体拝領を行うなら、死者のみに適用される2回目の全免償を受けることができる。)
- 慈善と償いのわざ、例えば「身体的な慈善のわざ」や「精神的な慈善のわざ」(☞『要約』329-330ページ)を行う。
- 困窮や困難のうちにある兄弟姉妹(病者、受刑者、孤独な高齢者、障がい者など)をふさわしい時間をかけて訪問する。
- 具体的かつ寛大な仕方で償いの精神を实践する取り組み。例えば、金曜日の償い、少なくとも週に1回無益な娯楽や過剰な消費を控えること、貧しい人々に適切な金額の寄付をすること、宗教的・社会的援助活動に参加すること、適切な量の自由時間を共同体に奉仕するボランティア活動などにささげること。
- 教区司教が聖年の期間中に司教座聖堂や個々の聖年の教会堂で主要な祭儀を行う際に与える、全免償を伴う教皇祝福を受ける。

鹿児島司教区の司教指定巡礼教会

- 鹿児島カテドラル・ザビエル教会
- 名瀬聖心教会
- 母間教会



他の教区の指定巡礼教会は
右のページを参照 ☞



全免償を受けるための条件

➤ 『カトリック祈禱書 祈りの友(改訂新版)』サンパウロ(2022年)を参照

1. **成聖の恩恵の状態** (☞『要約』n. 423) にあり、かつ**免償を受ける意向**をもつこと。

2. **教会が指定したわざ**を果たすこと。

(聖年の免償を受けるためには上記〈聖年の免償〉の項で挙げられたわざのどれかを行う。もちろん、この他にも全免償や部分免償を得るためのわざは多く定められている。)

3. **小罪さえもない心**、すなわち小罪 (☞『要約』n. 396) となり得るすべての悪に傾く意志的な執着を持たないこと。

4. **ゆるしの秘跡を受けること**。

(数日前後でよい。また1回受ければ、ある一定の期間の間に何回も全免償を受けることができる。)

5. **ご聖体を拝領すること**。

(全免償を受けようとする日に拝領することが望ましい。1回の聖体拝領で受けられる全免償は1回。)

6. **教皇の意向のために祈ること**。

(「主の祈り」と「アヴェ・マリアの祈り」を唱える、または自由に選んだ祈りを唱える。)

〈免償〉とは？

すでに赦免された罪に対する有限の罰の、神の前でのゆるし。有限の罰の償いが全てゆるされるかどうかに応じて、全免償と部分免償とに分けられる。(☞『要約』n. 312を参照)

◇ 全免償を受けることができるのは一日に1回のみ。

◇ 3~6の条件のどれかが欠ける場合は部分免償になる。

◇ 免償は代願の形式でいつでも死者に譲ることができる。

ゆるしの秘跡の心得：5つのステップ

▶ セイドー文化センター『ゆるしの秘跡 よい告解のための手引き』(2014年)より

ステップ1：良心の糾明 最後の告解以後、今日に至るまでに犯したすべての大罪 (☞『要約』n. 395) を思い出す限りにおいて告白すべきです。この良心の糾明において、私たちに生活の模範を与えてくださったイエス・キリストの生き方を基準にし、自分の生活を振り返り、罪を思い出し、自分の良心に向き合うのです。

ステップ2：痛悔 痛悔は、自分が罪を犯すことで神様を侮辱したことを意識することから生まれるものです。その侮辱の酷さによって、大罪と小罪を区別します。大罪とは、重大な事柄において、それが大罪であると知りながら、完全に承諾して神の掟に背くことです。大罪を犯すことによって神と天国から完全に離れてしまいます。

ステップ3：生活を改める決心 罪を忌み嫌い、すべての手段を尽くして二度と同じ罪を犯さないという固い決心と、今後きっぱりと罪を拒否する意志が必要です。

ステップ4：告白 ゆるしの秘跡が有効であるためには、聴罪司祭と一対一で、自分が覚えているすべての大罪の内容と回数を正直に告白する必要があります。ただし、秘跡の恵みをよりいただくために小罪も告白することが勧められています。罪の告白は、明確かつ簡潔に、また罪の重さに関係するすべての事情を具体的にはっきりと言う必要があります。

ステップ5：罪の償い 司祭が課した償いを告解場から出た後に果たさなければなりません。なるべく告解の直後に果たすようにします。

☞『要約』nn. 302-306も参照

ゆるしの秘跡の式次第

司祭 父と子と聖霊の み名によって。アーメン。
信者

司祭 神のいつくしみに信頼して、あなたの罪を告白してください。

ここで自分の罪を告白する。必要ならば自分の身分や、この前の告白の時期などを話す。

信者 きょうまでの主な罪を告白しました。ゆるしをお願いいたします。

ここで司祭がすすめと償いの指示を与える。

司祭 それでは、神のゆるしを求め、心から悔い改めの祈りを唱えてください。

信者 (例えば、以下の祈りを唱える。)

神の子、主イエス、罪びとのわたしを あわれんでください。

司祭 全能の神、あわれみ深い父は、御子キリストの死と復活によって、世をご自分に立ち帰らせ、罪のゆるしのために聖霊を注がれました。神が教会の奉仕の務めを通して、あなたにゆるしと平和を与えてくださいますように。

わたしは父と子と聖霊の み名によって✽あなたの罪をゆるします。

信者 アーメン。

司祭 神に立ち帰り、罪をゆるされた人は幸いです。ご安心ください。

信者 ありがとうございます。

司祭のもとを辞去した後、神に感謝の祈りをささげ、指示された償いを果たす。